

Mas aleu di marcanan:

Reconociendo abuso emocional y psicologico



ORA mayoria di hende tende e frase *"violencia domestico,"* nan ta imagina marcanan, weso kibra of un rapport di polis. Pero e realidad ta cu algun di e abusonan mas dañino no ta laga cicatriz visibel. Abuso emocional y psicologico — hopi biaha mas dificil pa detecta, prueba y scapa di dje — por ta mesun devastador cu violencia fisico, si no mas.

Elements
A VIEW TO DINE FOR
Sip champagne, savor in fresh, flavorful dishes, and celebrate Sunday in style
Unwind with an à la carte brunch in the Caribbean's most romantic setting, where every table offers a stunning oceanfront view. Whether you choose the cool comfort of elegant indoor dining or our open-air deck, you'll enjoy refined service, exquisite cuisine, and a relaxed ambiance like no other.
Located at Bucuti & Tara Beach Resort
Adults only - Cashless
No groups over 6
$70 per person (including one bottle of Champagne per couple)
Reservations Required
+297 583-1100 ext. 109
elements@bucuti.com

E naturalesa scondi di control

Abuso emocional ta trata di poder y control. En bes di mokete, e ta depende di palabra, silencio, manipulacion y intimidacion. Sobrevivientenan ta describi con nan ta wordo constantemente teni abou, manipula te cu nan ta duda di nan propio memoria (gaslighting), of corta for di amigo y famia. Algun ta wordo controla financieramente, ricibiendo un suma limita di placa of nenga acceso na nan propio entrada. Otronan ta wordo isola socialmente, nan movemento ta wordo sigui of nan telefonnan monitorea.

E meta ta mescos cu violencia fisico: Domina y gara e pareha den un ciclo di miedo y dependencia. Sinembargo, como cu no tin marcanan, victimanan hopi biaha ta lucha pa splica nan sufrimento na otronan — y tin biaha hasta na nan mes.

Dicon e ta asina dañino

Abuso psicologico ta gasta e balor propio di un persona cu tempo. Victimanan hopi biaha ta internalisa e bos di nan abusado, keriendo cu nan no tin balor, cu nan no ta stima of cu nan no ta capaz di biba independientemente. E stress constante por causa ansiedad, depresion, insomnia y hasta problemanan di salud fisico manera presion halto of un sistema inmunologico debilita.

Contrario na un solo incidente violento, abuso emocional ta tipicamente cronico y constante cu ta kibra confiansa dia tras dia. Pa e tempo cu hopi victima realisa kico ta pasando, nan ta



sinti nan mes atrapa cu poco energia of fe den nan mes pa bay for di e situacion.

Reconoce e señalnan

Expertonan ta adverti cu un di e obstaculonan mas grandi pa atende cu abuso emocional ta conscientisacion.

Algun di e señalnan di peliger clave ta inclui:

- Critica of humiyacion constante, hopi biaha disfrasa como "chansa."
- Gaslighting — pone e victima duda di su memoria of percepcion.
- Controla acceso na placa, trabou of educacion.
- Isola e pareha for di amigo, famia of sosten social.
- Menasa di haci nan mes, e yiunan of mascotanan daño si e victima bay.

Si e comportacionnan aki ta zona familiar, nan mester wordo tuma na serio. Abuso no mester laga un marca pa e ta real.

Diferencianan legal y social

Globalmente, leynan a tarda pa alcansa e realidad di abuso emocional y psicologico. Mientras cu algun pais — manera Reino Uni cu su ley di control coercitivo di 2015 — ta criminalisa patronchinan di abuso no-fisico, hopi otro aindа no tin reconocemento legal. Na luganan unda recursonan manera refugio y conseho ta existi, hopi biaha nan ta dirigi na victimanan di violencia fisico, lagando e sobrevivientenan di abuso psicologico un banda.

Kibra e silencio

E prome paso ta reconoce cu abuso emocional ta abuso. Amigo, famia y comunidad mester scucha ora un persona bisa cu e ta sinti su mes atrapa of controla, hasta si no tin daño fisico visibel. Sobrevivientenan mester di espacio sigur, conseho y proteccion legal cu ta reconoce henter e spectrum di violencia domestico.

Ta tempo pa habri e combersacion mas amplio. Abuso no ta trata solamente di weso kibra — e ta trata di spiritonan kibra, confiansa horta y bosnan silencia. Te ora abuso emocional y psicologico wordo reconoci como algo mesun serio cu violencia fisico, demasiado hopi sobreviviente lo sigui sufri sin cu hende ta mira nan.

TIERRA DEL SOL
GOLF COURSE
BY IBEROSTAR
ALL YOU CAN EAT A-LA-CARTE
Sunday Brunch
$60
PER PERSON
From 11am to 3pm
Please call 586-7800 ext. 231 or 242
E-mail: tdsba1@iberostar.com
www.tierradelsol.com